

# 口服药物的健康指导

这药饭前服还是饭后服 “这是门诊患者最常见的问题，合理的用药时间主要是由发挥这些药物特定的药理作用和所致疾病的性质来决定。选择适宜的时间服用某种药物，有时不仅能提高疗效，还会降低药物的副作用。选择最佳答案疗效并可防止某些不良反响。那么到底什么才是药物的最佳答案服用时间？

# 一、每天服用1次的药物

- 1、需早上服用的药物
  - [1] 降压药：高血压疾病有明显的昼夜节律性特点，白天血压高于夜间，上午7点-8点和下午14-16点各出现一个顶峰，为了有效控制血压，每日1次的长效降压药宜早上7 时左右服用，每日服两次的宜在下午16时左右补充一次。

-

- [2] 糖皮质激素：强的松、甲强龙、地塞米松等糖皮质激素
- 激素的顶峰是上午7-8时左右在血中达峰值，此时服用，
- 副作用最小，可提高疗效，减少不良反响。
  
- [3] 盐类泻药：如硫酸镁等中服后应多饮水
- 水使药物迅速入肠发挥作用，服后4-5小时致泻。

## 2、需晚上服用的药物

- 〔1〕抗哮喘药：据统计哮喘在睡眠时的发作率是白天的100倍。哮喘多在夜间凌晨发作，晚上服用氨茶碱与白天服用相比较，有较低的血药峰浓度和较长的药物峰值时间。氨茶碱的疗效结果比较显示，每晚8时口服1次的平喘效果显著优于每日2次给药方案。因哮喘多在夜间凌晨发作，故1日服用1次的抗哮喘药多在睡前半小时口服。常用药物有：福莫特罗、沙美特罗等。

- 〔2〕他汀类调血脂药：人体内的胆固醇合成在午夜至清晨之间合成最旺盛，故对于调血脂药物如立普妥、来适可等。采用每日睡前顿服，代替每日3次服药效果最佳答案。
- 〔3〕催眠药：起效慢的舒乐安定，需睡前半小时服用。
- 〔4〕轻泻药：治便秘的温和泻药如酚酞、液状石蜡等，服用后8-10小时见效，均需在睡前1小时服用，次日早晨排便。

- [5] 经：西咪替丁、奥美拉唑、泮托拉唑等，均有极强的抑制胃肠分泌的作用。它们不仅能缓解因溃疡的疼痛，而且可制止因溃疡的上消化道出血。所以在疾病的急性期早晚各服1次，待疾病缓解稳定后，改为每晚服用1次维持量。因为胃酸的分泌有昼少夜多的规律〔人体胃酸的分泌从中午开始缓慢升高，夜间20时急剧升高，22时左右达顶峰。睡前顿服，不仅方便患者，而且减少不良反响。

- 〔6〕阿片类镇痛药：曲马多用于癌症病人的止痛，以YE
- 晚临睡前服用为好，因为人的痛觉以上午最为迟钝，而午
- 夜至凌晨最为敏感。
  
- 〔7〕其他类
- 抗结核药：异烟肼晚间顿服较早晨顿服抗结核效果好；
  
- 受体阻滞药：特拉唑嗪，亦可睡前服用，以免引起体位性低血压；
- 西比林：有嗜睡副作用，需在睡前半小时服用。



### 3、需中午服用的药物

- 无特别强调需晚上或早上的药物，可在中餐后半小时服。

## 二、每日服用数次的药物

- 服药间隔时间的选择：应根据药物的半衰期，决定服药时间：根据病情和药物作用机理的特点，每种药物服用时间应选择适宜的时间。每日3次服药时间，应按24小时来，尽可能每8小时服药1次，跟着3餐服药是最为普遍的一个用药误区。这样做会使白天的血药浓度过高，毒副作用承受之增加，而夜间由于长时间没有药物进入体内，血药浓度会过低，从而影响疗效。如：“一日三次”的正确服法应该是间隔8小时服药。每日2次按12小时服1次，只有这样才能保证药物体内的血药浓度的稳定。

# 1、餐前服用的药物

- 〔1〕降血糖药：为了控制餐后高血糖，降血糖药需在餐前半小时服用，如格列齐特、格列吡嗪、格列喹酮等，1
- 日服用1次的降糖药，如格列吡嗪控释片、格列美脲、罗
- 格列酮等，那么宜在早餐前半小时服用。
  
- 〔2〕消化系统药物：如促胃肠动力药吗叮啉、胃复安、
- 莫沙比利大多在餐前服用；胃肠解痉药如颠茄合剂；助消
- 化药如多酶片，乳酸菌素等。胃黏膜保护剂硫糖铝，胶体
- 果胶铋等。

- 〔3〕 抗菌药物：青霉素类阿莫西林，头孢菌素头孢拉定、头孢克洛等，喹诺酮类诺氟沙星、握拳氟沙星等，大环内酯类罗红霉素、阿奇霉素、克拉霉素等，空腹服用生物利用度高吸收迅速，应餐前服。
- 〔4〕 口服营养药：如：人参制剂、鹿茸精、蜂乳、六味地黄丸以及其他一些对胃肠刺激小的补药物。这些药物空腹服用，到达小肠部位时不受食物影响，吸收得快而且完全，疗效显著。

- [5] 抗骨质疏松药：双膦酸盐为防止食物降低吸收应空腹给药。预防对食物和胃的刺激，用足量的水送服，服后30分钟不宜进食。
- (6)另外需空腹服用的药物：泛昔洛韦，卡托普利等，肠溶片均需空腹服。

## 2.餐中服用的药物

- 〔1〕降糖药：二甲双胍，阿卡波糖，格力美脲应随第一口饭吞服，以减少对胃肠道的刺激，格力美脲宜第一次就餐时服用。
- 〔2〕助消化药：乳酶生，酵母在餐中吃，一是与食物混合在一起以发挥酶的消化作用，二是防止被胃液中的酸破坏。

- 〔3〕解热镇痛药：吡罗昔康，美洛昔康等与食物同服，
- 可减少胃粘膜出血。
  
- 〔4〕治疗胆结石和胆囊炎药物：熊去氧胆酸于早晚进餐
- 时服用，可减少胆汁胆固醇的分泌，有利于结石中胆固醇
- 的溶解。

## 3两餐中间服用的药物

- 〔1〕镇吐药：胃复安可加速胃蠕动，使胃肠内食物的排空速度增速，宜于两餐间服用。
- 〔2〕铁剂：习惯性主张餐后服用可减少不良反响，但食物中的植物酸，磷酸盐，草酸盐等影响铁的吸收，因此宜在两餐中间服用，但最佳答案时间是空腹。
- 〔3〕胃粘膜保护剂：思密达用于治疗急性腹泻时，首次剂量加倍，但食管炎的患者宜在餐后服用，其他患者于两餐间服用。



## 4餐后服用的药物

- 〔1〕非甾体抗炎药：为减少胃肠道刺激，大多数应用于餐后服用，仅西乐葆除外，因食物可延缓其吸收。
- 〔2〕维生素：维生素b2伴随食物缓慢进入小肠，以利于吸收。
- (3)利尿药：速尿，安体舒通与食物包裹在一起，可增加生物利用度。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/327100033025010003>